Miryan A.
Fresquí

Nº 01 JANEIRO-FEVEREIRO-MARÇO ANO 1971

Apresentamos aos caros leitores, o nosso primeiro jornal feminino, que levará como título "O CLARIM".

Pretendemos levar através deste jornal, notas informativas sôbre os vários trabalhos desenvolvidos pela F.S.F.A.P., artigos instrutivos sôbre os vários aspectos da vida, e mensagens de ordem espiritual dirigidas mui especialmente à mulher.

O jornal "O CLARIM", será publicado trimestralmente, e sua direção estará à cargo do Departamento de Imprensa e Publicidade da F.S.F.A.P., sob a responsabilidade de sua diretora Sra. Miryan Andreoli Frésqui, (a quem os artigos a serem publicados deverão ser enviados).

Solicitamos de nossos prezados leitores, suas opiniões e sugestões ao nosso jornal. Pois pretendemos que êle tenha boa aceitação para conseqüentemente, sobreviver. Contaremos com seu estímulo e apoio no sentido de colaboração com o envio de artigos e notícias especialmente sôbre os trabalhos desenvolvidos pelas sociedades. Para estes trabalhos teremos em nosso jornal uma coluna especial que será "Sociedade em Foco".

Agradecemos a atenção que será dispensada a êste jornal, pois esperamos que êle se solidifique e venha a ser em um futuro bem próximo, um jornal de boa aceitação em nossas Igrejas. Para isso contamos decisivamente com a sua colaboração e apoio.

A REDAÇÃO

congresso da FSFAP.

RESOLUCÕES

Como resolução do Congresso e aprovação dos Estatutos, nossa diretoria será eleita bienalmente. A Diretoria achou por bem que o Congresso Feminino coincidisse com a Bienal do Presbitério facilitando assim a vinda das espôsas de Pastores e Presbíteros. Existe portanto a necessidade que esta Diretoria continue como dantes, apenas com algumas reposições de elementos, que por motivos alheios não poderão continuar em seus cargos. Em 1972, será realizado o 3º Congresso Feminino, quando então será eleita a nova Diretoria que terá a duração de dois anos.

As irmãs que desejarem corresponder com esta Diretoria, poderão fazê-lo mencionando o nome e o cargo, sendo que o enderêço deve ser: R. Margarinos Torres, 771 - V.Maria - S.Paulo - Capital Caixa Postal 14.285.

Pres. - Santina O.Dalanora

Vice - Gersonita S. Lima

Secr. - Maria Celina T.Cruz

Vice - Miryan A. Frésqui

Tes. - Aparecida C.Soares

Procuradora-Naide Florêncio

Conselheira-Maria José Peu

DEPARTAMENTOS

Espir. - Juracy de Oliveira
R.Tenente Vilas Boas, 17
Tijuca - Rio de Janeiro- GB

Intelec. Abigail L. Amaral

Social - Mirian L. Cunha

Impr.Publ.Miryan A.Frésqui

Pedimos às irmãs que não possuem sociedade organizada em sua igreja, que escreva-nos solicitando instruções sôbre trabalhos, e organização de uma sociedade em sua Igreja.

Curiosidades

" DOIS BANHOS POR ANO "

Tomar banho duas vêzes por ano, era um costume sagrado para as mulheres do século XVI. Claro que os homens da época não eram dos mais fanáticos por limpeza também. Para lutar contra o inevitável mau cheiro, uma chuva de perfumes, esências e coisas do gênero inundou o que chamava orgulhosamente de "o mundo civilizado".

E haja alfazema, benjoin, tomilho, âmbar, etc.

Elogios e mais elogios foram concedidos a um certo Andreas Masius por ter dado à duquesa de Julich um presente apreciadíssimo: uma caixinha de sabão fino e delicado.

" BANHOS PÚBLICOS "

Os banhos públicos eram uma recordação do passado. Até o século XVI êles eram comuns, indo mesmo contra a Igreja, sendo comuns aos dois sexos. A sua decadência veio quando começaram a ser fechados por causa da propagação de doenças contagiosas em suas instalações.

Boas Maneiras

Muito se fala sôbre " Boas Maneiras" e "Etiqueta Social"; mas o que pretendemos dar são exemplos.
Faz parte de nossa educação a maneira de vestir-nos de andarmos, comer e outras tantas coisas mais.
Esta coluna estará sempre presente em nosso jornal, e hoje começaremos falando sôbre:

Vestuário:

Devemos vestir-nos com discreção, procurando chamar a atenção sôbre nós o menos possível. É importante que saibamos combinar uma coisa com a outra. Nunca se deve colocar uma blusa estampada com uma saia também estampada, com côres e padrões diferentes; deve-se combinar uma peça de côr lisa e a outra estampada.

É necessário se tomar cuidado com as roupas transparentes sem o uso da combinação. Além de ser deselegante é indiscreto e chama a atenção.

Não se deve usar lenços na cabeça por ocasião de um entêrro, um casamento ou no culto, pois demonstra descuido e falta de capricho no vestir.

* * * * * * * * * * *

Muitos escritores já abordaram o tema "Jesus", seguido de outros adjetivos tais como: O Salvador, O Mestre, e tantos outros.

JESUS
o nosso psiquiatra

Abigail Lima do Amaral

Em nossos dias o que mais aflige a humanidade é a "psiquê" (a alma). Fala-se muito em complexo de culpa, e em neuroses decorrentes de vários fatôres como a guerra, a situação econômica, e as relações de subordinação hierárquica ...

E só não temos a humanidade em massa nos consultórios de psicanalistas (especialistas em psicanálise, que é um método de tratamento de doenças mentais) e psiquiatras por ser um tratamento dispendioso e demorado.

Antigamente quando se falava: "Você precisa consultar um psiquiatra", a pessoa que fazia tal afirmativa estava dando atestado de insanidade mental e geralmente a outra se sentia provocada e ofendida.

Em pouco tempo esta mentalidade se inverteu: hoje, quando encontramos alguém que nos diz: "O meu psicanalista é ótimo, você gostaria de consultá-lo?", sentimos que temos realmente um grande amigo que se preocupou de tal maneira com o nosso problema a ponto de nos indicar o seu próprio médico.

Passamos então a confiar mais no amigo e no médico por êle indicado.

Tôda pessoa emocionalmente desiquilibrada procura nos vícios o refúgio, a fuga para seus problemas, e fracassos.

OS SINTOMAS

O alcoólatra procura "solucionar" embriagando-se

O fumante procura nas esperais de fumaça encontrar-se

O jogador também pensa esquecer seus problemas numa mesa de jôgo.

O ladrão procura compensar-se da desgraça roubando os bens alheios.

O vagabundo entrega-se ...

O adúltero procura sua fuga desrespeitando seu lar e o lar do seu próximo; é uma maneira de agredir a sí e à sociedade.

Todos êstes sintomas são os efeitos de um desajuste emocional e podemos encontrá-los num só indivíduo.

É sabido que não é combatendo o efeito que iremos atingir a causa.

O caminho certo é: Descobrir a causa, combatê-la e o efeito desaparecerá.

Não será quebrando a garrafa de alcool de um alcoólatra que êle deixará o vício de beber.

Deixemos a garrafa à sua frente e conversemos com êle busquemos lá no seu íntimo, ou melhor no seu sub-conciente a causa do seu desiquilíbrio, porque êle se entregou à bebida ou a qualquer outro tipo de vício.

Descoberta a causa, teremos condições para combatê-la.

A causa de todo e qualquer desajuste é a falta de Deus.

QUEM TEM JESUS TEM TUDO

Os psicanalistas acertam pela metade quando após várias consultas, descobrem que seu paciente se tornou um alcoólatra por que sua espôsa o abandonou (é a causa aparente).

O abandono da espôsa não é a causa mas sim o efeito da causa da falta de Jesus na vida do casal.

Então o verdadeiro psiquiatra da humanidade é Jesus. "Tomou sôbre sí as nossas culpas" ...

Ele nos convida para uma vida feliz, livre de temores: "vinde a mim todos vós que estais cansados e oprimidos e eu vos aliviarei... e encontrareis descanso para as vossas almas"..

continua na pg. 4

O VALOR do trabalho feminino

O trabalho feminino possue dentro da Igreja um enorme campo de ação. São incontáveis os trabalhos que vêem às nossas mãos para que sejam executados.

É importante que tôda irmã tome conhecimento destas necessidades, e procure fazer alguma coisa que esteja dentro de suas possibilidades e aptidões.

Tomemos por exemplo as palavras de Salomão, enaltecendo a mulher, e falando de suas qualidades e virtudes.

"Mulher virtuosa quem a achará; O seu valor muito excede o de rubis ...

Abre a sua mão ao aflito, e ao necessitado estende as suas mãos...

Abre a sua bôca com sabedoria, e a lei da beneficência está na sua língua ...

Olha pelo govêrno de sua casa, e não come o pão da preguiça...

Levantam-se seus filhos, e chamam-na bem-aventurada, como também seus marido a louva dizendo:

Muitas filhas obraram virtuosamente, mas tu a tôdas és superior.

Enganosa e a graça e vaidade a formosura, mas a mulher que teme ao Senhor, essa sera louvada.

Dai-lhe do fruto das suas mãos, e louvem-na nas portas as suas obras."

O valor da mulher virtuosa, em muito excede ao de rubis.

Devemos meditar em cada versículo deste capítulo, onde vemos as virtudes de uam mulher cristã, ciente de seus deveres para com o lar e também para com a Igreja.

Se atentarmos bem para as palavras de Salomão, veremos que a mulher que Ele descreve é uma verdadeira bênção, tanto para os seus como também para a humanidade.

O Lema dêste ano é "VIVER PARA SER BENÇÃO".

Sejamos realmente bênçãos. Façamos com que nossas vidas sejam verdadeiras bênçãos para com o nosso semelhante,

"Abre a sua mão ao aflito, e ao necessitado estende aa suas maõs.".

Que o Senhor nos oriente para que possamos ser também uma bênção, para o nosso lar, a nossa Igreja e todos os que nos rodeiam.

"Muitas filhas obraram virtuosamente, mas tu a tôdas és superior".

maf.-

FILOSOFANDO ....

"Se você não vive para servir, não serve para viver."

"Olhe seu jardim pelas flôres, nunca pelas fôlhas que caem".

* * * * * * * * * *

JESUS nosso psiquiatra

O CONSULTORIO DE JESUS

Onde fica o consultório de Jesus ?

- No lugar onde nos lembrarmos DEle, alí Ele esta, pronto para nos atender. "O meu socorro vem do Senhor" ...

QUANDO ELE ATENDE ?

- Quando o buscarmos de todo o nosso coração...

Qual o prêço da consulta ?
- Recebí de graça abundante paz, paz maravilhosa que me deu Jesus...

Deixemos então o alcoólatra com sua garrafa, o fumante com seu cigarro. Não arranquemos dêle o seu refúgio, a sua fuga dos problemas, antes de lhes oferecer algo que o substitua.

Ofereçamos a êle o Psiquiatra dos psiquiatras - JESUS

Quando acontecer o milagre, o próprio viciado deixará o vício, pois dêle não mais tem necessidade.

Jesus, certa ocasião afirmou: "são os enfêrmos que precisam de médico" - os enfermos do corpo e do espírito.

Indiquemos para a humanidade "enfêrma", o médico dos médicos - JESUS. Então teremos menos viciados e criminosos em nossa sociedade.

+-+-+-+-+-+

PUERICULTURA

É necessário que tenhamos em nossas Sociedades, cursos de puericultura, e orientação às mães, em como alimentar e cuidar de seu filho.

É de grande importância que as diretoras socias, tomem especial interêsse por êste assunto, ministrando palestras e cursos de maneira a orientar melhor às mães.

ALIMENTAÇÃO

Encontramos muitas mães que infelismente por falta de oportunidade, não sabem como alimentar e cuidar de um bebê. Como alimentá-lo melhor, quando começar a ministrar-lhe: sopa, papinha, frutas e sucos.

A criança tem falta de apetite, não come. O curso de puericultura poderá orientar a mãe em como resolver êste problema. Em casos extremos é claro que deve-se consultar o médico pediatra (especialista em crianças).

Podemos preparar uma alimentação de baixo custo, contendo as vitaminas e sais minerais indispensáveis à criança. Batas para isso que haja orientação adequada.

HIGIENE

A higiene para uma criança é de vital importância, principalmente pelo fato de evitar a desitratação e outras infecções causadas geralmente pela falta de higiene.

VACINAS

SÃO TÃO IMPORTANTES PARA O BEBE QUANDO O SEU CARINHO

Você se desdobra para proteger o seu filho. Alimenta-o, troca-o, acaricia-o. Entretanto, alguns micróbios causadores de doenças pulam, muitas vêzes, a barreira de seus cuidados e carinho. Contra êles, além dos cuidados de higiene, a medicina lhe oferece uma arma realmente eficiente: AS VACINAS

AFINAL, QUE SÃO "VACINAS"

São substâncias ingeridas, isto é, tomadas pela bôca ou injetadas (tomadas sob forma de injeção; No organismo provoca uma reação de defesa, a imunidade, através da formação de anticorpos, lutam contra os micróbios da doença, enfraquecendo-os ou matando-os.

QUANDO COMEÇAR A VACINAÇÃO

Você deve proteger seu filho antes mesmo dêle nascer. A criança se alimenta atravéz do cordão umbilical, que fica ligado a placeta. Atravéz dêle a criança recebe os anticorpos das doenças para as quais a mãe tem imunidade.

A cada vacinação novos anticorpos passam para a criança aumentando a proteção. Por êste motivo, os médicos recomendam a vacinação na gestante contra o tétano, especialmente. A vacina contra a coqueluche, difteria e poliomelite (paralisia infantil) não são indicadas para adultos, especialmente gestantes.

Para as crianças, quem melhor pode orientá-la sôbre a época de vacinação é o pediatra (o médico de criança) Os bebês geralmente já tomam a primeira vacina, a BCG, na maternidade. Mas, ao sair da maternidade com seu filho, pergunte ao médico, qual a vacina que a criança tomou.

ONDE VACINAR

A Secretaria da Saúde mantém campanhas de vacinação. Entretanto, se seu filho não tiver sido vacinado, o médico orientará sôbre os locais em que você poderá obter as vacinas.

O esquema que apresentamos a seguir é semelhante nos Centros de Saúde, para a vacinação, das crianças.

continua pg. 6.

continuação da pg. 5

Com a caderneta de vacinação, você poderá acompanhar as datas em que deverá levar seu filho ao centro de Saúde, deverá também pedir a orientação do médico, para vacinar-se contra as diversas doenças.

Tipos de Vacinas:

BCG - contra a tuberculose, a criança deverá tomar sòmente uma dose na 1ª semana de vida. Quanto à dose de refôrço, pedir orientação ao médico

SABIN: conta a poliomielite (paralisia infantil), a criança deverá tomar três dozes, no 2º, 4º e 6º mês.

TRIPLICE - contra a coqueluche, difteria e tétano. A criança deverá tomar três doses, nos seguintes meses de vida: 2ª, 3ª e 4ª. Quanto à dose de refôrço deverá ser dada um ano após a última dose.

ANTI-VARIÓLICA - contra a varíola, a pessoa deverá tomar após o 7º mês (repetir até pegar). A dose de refôrço será dada 5 anos depois de ter "pegado" a primeira.

SARAMPO - contra o sarampo, a criança deverá tomar uma dose, após o 8º mês de vida, sendo dose única, sem precisar de refôrço.

(transcrito SESI nº 189)

COISAS DE CRIANÇA

- O que é que você quer comer no almôço?
- Ôvo - responde Ricardinho,
- Como o prefere? - pergunta-lhe a mãe,
- Com a gema dentro.

SOCIEDADE EM FOCO

Em uma de nossas reuniões, decimos enviar um pedido às Sociedades (principalmente da Capital), para que dessem mais apoio aos nossos irmãos do "Abrigo Ideal", isto é, visitando-os e auxiliando-os no que estivessem necessitando. Prontamente a Sociedade de V. Maria aceitou a sugestão e no dia 28-02 as irmãs levaram a efeito uma ótima reunião. Tivemos uma tarde muito agradável junto de nossos irmãos do Abrigo. Houve uma parte devocional com solo, dueto, e o conjunto feminino do V. Maria.

Após esta, seguiu-se a parte social. As irmãs haviam levado um bolo e algumas gulòseimas à fim de proporcionar aos nossos irmãos, momentos alegres e festivos. Por coincidência a irmã Romana aniversariou nêste mês. Aproveitamos a oportunidade, cantamos o tradicional " parabéns à você ", a irmã Romana cortou o bolo e todos nós participamos de sua alegria e contentamento.

Cremos que nossos irmãos ficaram contentes com êste trabalho, pois podíamos perceber pelos seus semblantes alegres e satisfeitos. A FSFAP, cumprimenta a Soc. de V. Maria, sugerindo às outras sociedades que façam também uma visita ao Abrigo. Temos certeza que se sentirão muito bem proporcionando um pouco de alegria àquelos nossos irmãos. Façam uma visita para ver no que podem auxiliá-los.

Santina O. Dalanora

O SEGREDO DE UM VIVER FELIZ

" ARRANJE TEMPO PARA SORRIR
- O riso é a música da alma

ARRANJE TEMPO PARA PENSAR
- Pensar é fonte de poder

ARRANJE TEMPO PARA BRINCAR
- Brincar é fonte de perene juventude

ARRANJE TEMPO PARA LER
- A leitura é fonte de sabedoria

ARRANJE TEMPO PARA ORAR
- A oração constitue o maior poder na terra

ARRANJE TEMPO PARA AMAR E SER AMADO
- O amor é um privilégio concedido por Deus

ARRANJE TEMPO PARA DAR
- O dia é muito curto para sermos egoístas

ARRANJE TEMPO PARA TRABALHAR
- O trabalho é o preço do sucesso

ARRANJE TEMPO PARA DEUS
- Pois é o caminho de um viver feliz! "

Extraído do sermão de NORMAN VICENT PEALE